

KOMUNIKASI INTRAPERSONAL DALAM KOMUNIKASI ISLAM

RAHMIANA

Pascasarjana Universitas Islam Negeri (UIN) Ar-Raniry Banda Aceh
rahmiana1201@gmail.com

Abstract

The purpose of writing Intrapersonal Communication in Islamic Communication is to find out the extent of the impact of intrapersonal communication itself on changes in a person's behavior and also his perspective on a problem. However, the problem is that intrapersonal communication cannot be known clearly and in plain view, so communication like this is difficult to see the process of ongoing communication so it will also be difficult to assess the impact it has caused. This writing will focus on the description of intrapersonal communication in Islamic communication and what is included in intrapersonal communication and its impact on the person's daily behavior. The question that then arises is what is meant by communication, intrapersonal communication and intrapersonal communication in Islamic communication, as well as what is included in intrapersonal communication. The opinions of experts discussing this matter are Blake and Harodlsen and Hafied Cangara. The results of this study are expected to provide positive added value for readers and can change the way to communicate towards a better direction.

Key word: *Communication, Intrapersonal and Islam.*

Abstrak

Tujuan penulisan Komunikasi Intrapersonal dalam Komunikasi Islam ini adalah untuk mengetahui sejauhmana dampak komunikasi intrapersonal itu sendiri terhadap perubahan perilaku seseorang dan juga cara pandangnya terhadap suatu persoalan. Namun yang menjadi permasalahan adalah karena komunikasi intrapersonal itu tidak dapat diketahui secara gamblang dan kasat mata, maka komunikasi seperti ini sulit untuk dilihat proses berlangsungnya komunikasi tersebut dengan begitu akan sulit pula untuk dinilai dampak yang ditimbulkannya. Penulisan ini akan menitikberatkan pada penjabaran tentang komunikasi intrapersonal dalam komunikasi islam dan apa saja yang termasuk dalam komunikasi intrapersonal serta dampaknya dalam perilaku sehari-hari orang tersebut. Pertanyaan yang kemudian muncul adalah apa yang dimaksud dengan komunikasi, komunikasi intrapersonal dan komunikasi intrapersonal dalam komunikasi islam, serta apa saja yang termasuk dalam komunikasi intrapersonal. Adapun pendapat pakar yang membicarakan tentang hal ini adalah Blake dan Harodlsen dan Hafied Cangara. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan nilai tambah yang positif untuk pembaca dan dapat merubah cara berkomunikasi kearah yang lebih baik lagi.

Kata Kunci: *Komunikasi, Intrapersonal dan Islam.*

A. Pendahuluan

Sebelum kita membahas tentang komunikasi intrapersonal, perlu terlebih dahulu kita memahami tentang pengertian istilah komunikasi, komunikasi intrapersonal serta komunikasi intrapersonal dalam komunikasi Islam. Istilah komunikasi diadopsi dari bahasa Inggris yaitu *communication*. Istilah ini berasal dari bahasa Latin *communicare* yang bermakna membagi sesuatu dengan orang lain, memberikan sebagian untuk seseorang, tukar menukar, memberitahukan sesuatu kepada seseorang, bercakap-cakap, bertukar pikiran, berhubungan, berteman, dan lain sebagainya¹. Forsdale mengartikan komunikasi sebagai suatu proses memberikan *signal* menurut aturan tertentu, sehingga dengan cara ini sistem dapat disusun, dipelihara, dan diubah².

Dari definisi di atas maka dapat disimpulkan bahwa komunikasi adalah proses pemberian informasi dari komunikator (pemberi pesan) kepada komunikan (penerima pesan) tentang sesuatu sehingga apa yang diinginkan oleh komunikator dapat dipahami dan dikerjakan (bila perlu dikerjakan) oleh komunikan tanpa ada yang merasa dirugikan.

B. Pengertian Komunikasi Intrapersonal (Intra pribadi)

Komunikasi Intrapersonal berasal dari 3 kata yaitu Komunikasi, Intra dan Personal atau pribadi. *Komunikasi* adalah “suatu proses pertukaran informasi diantara individu melalui sistem lambang-lambang, tanda-tanda, atau tingkah laku”³. Intra menurut KKBI diartikan dengan “bentuk terikat di dalam; bagian dalam”⁴. Sedangkan Personal diartikan sebagai “bersifat pribadi atau perseorangan”⁵. Menurut Blake dan Harodlsen, Komunikasi intrapribadi atau dikenal juga dengan istilah komunikasi intrapersonal adalah peristiwa komunikasi yang terjadi dalam diri pribadi seseorang. Bagaimana setiap orang mengkomunikasikan dirinya atau berbicara pada dirinya sendiri. Hal ini dikarenakan setiap orang dapat menjadi objek bagi dirinya sendiri melalui

¹ Edi Harapan dan Syarwani Ahmad, *Komunikasi Antar Pribadi, Perilaku Insani dalam Organisasi Pendidikan*, (Jakarta; Rajawali Pers, 2014), hlm. 1

² Op cit, hlm. 2

³ Harjani Hefni, *Komunikasi Islam*, (Jakarta; Prenadamedia Group, 2017), hlm. 2

⁴ Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* Edisi Ketiga, (Jakarta; Balai Pustaka, 2007), hlm. 440

⁵ Op cit, hlm. 863

penggunaan simbol-simbol yang digunakan dalam proses komunikasi. Melalui simbol-simbol ini apa yang dikatakan seseorang kepada orang lain dapat memiliki arti yang sama bagi dirinya sendiri sebagaimana berarti bagi orang lain.

Hafied Cangara mendefinisikan Komunikasi Intrapersonal sebagai proses komunikasi yang terjadi didalam diri individu, atau dengan kata lain proses berkomunikasi dengan diri sendiri. Terjadinya proses komunikasi disini karena adanya seseorang yang memberi arti terhadap suatu objek yang diamatinya atau terbetik dalam pikirannya. Objek dalam hal ini bisa saja dalam bentuk benda, kejadian alam, peristiwa, pengalaman, fakta yang mengandung arti bagi manusia, baik yang terjadi di luar maupun di dalam diri seseorang.

Dalam proses pengambilan keputusan, sering kali seseorang dihadapkan pada pilihan Ya atau Tidak. Keadaan seperti ini membawa seseorang pada situasi berkomunikasi dengan diri sendiri, terutama dalam mempertimbangkan untung ruginya suatu keputusan yang akan diambil. Cara ini hanya bisa dilakukan dengan metode komunikasi Intrapersonal (Intrapersonal Communication/komunikasi dengan diri sendiri). Armawati Arbi memahami Komunikasi Intrapersonal (intrapribadi) sebagai kemampuan seseorang berdialog dan berperan sebagai saya dan aku dalam mengatur perencanaan melalui kecerdasan IQ, mempersiapkan penataan melalui kecerdasan RQ/spiritual quotient/SQ, melaksanakan penerapannya melalui kecerdasan nafs quotient/ Nafs Q, dan mengevaluasi perencanaan melalui kecerdasan EQ⁶.

Upaya untuk mendefinisikan komunikasi intrapersonal telah dilakukan oleh para ahli. Berikut adalah beberapa pengertian komunikasi intrapersonal yang dikemukakan oleh ahli, yaitu.

1. Jalaludin Rakhmat (2001) menyatakan bahwa jika dilihat dari segi psikologi komunikasi maka yang dimaksud dengan komunikasi intrapersonal adalah proses pengolahan informasi yang meliputi sensasi, persepsi, memori, dan berpikir.

⁶ Armawati Arbi, *Komunikasi Intrapribadi Integrasi Komunikasi Spiritual, Komunikasi Islam, dan Komunikasi Lingkungan*, (Jakarta; Prenadamedia Group, 2019) hlm. 3

2. Armawati Arbi (2012) berpendapat bahwa komunikasi intrapersonal merupakan akar dari komunikasi Islam atau komunikasi fitrah terkait dengan peran komunikasi keluarga dalam menciptakan komunikasi fitrah guna membangun keluarga yang sakinah sesuai dengan ajaran Islam. Terkait dengan hal ini, orang tua berperan menanamkan nilai-nilai ajaran Islam kepada anak-anaknya melalui komunikasi dakwah dalam keluarga. Komunikasi intrapersonal terjadi manakala dakwah menjadi sebuah panggilan kepada diri sendiri untuk menjalankan ajaran Islam sesuai dengan Al Quran dan Al Hadits.
3. Judy Pearson dan Paul Nelson (2011) mendefinisikan komunikasi intrapersonal sebagai proses menggunakan pesan untuk menghasilkan makna di dalam diri.
4. Ronald B. Adler dan George Rodman (2006) mendefinisikan komunikasi intrapersonal sebagai komunikasi dengan diri sendiri.
5. Dictionary of Mass Communication dan Media Research (2005) mendefinisikan komunikasi intrapersonal sebagai komunikasi yang terjadi dalam diri seseorang. Dalam hal ini, pengirim pesan dan penerima pesan adalah orang yang sama.
6. Dictionary of Media (2009) mendefinisikan komunikasi intrapersonal sebagai dialog internal atau berbicara dengan diri sendiri.
7. Jurgen Ruesch dan Gregory Bateson berpendapat bahwa komunikasi intrapersonal adalah bentuk khusus dari komunikasi interpersonal dan dialog adalah dasar dari semua wacana. Komunikasi intrapersonal mencakup berbicara kepada diri sendiri, membaca dalam hati, mengulangi apa yang didengar, berbagai kegiatan tambahan dalam hal berbicara dan mendengar apa yang dipikirkan, membaca dan mendengar dapat meningkatkan konsentrasi dan retensi.
8. Charles V. Roberts (1983) mendefinisikan komunikasi intrapersonal sebagai semua penguraian, pemrosesan, penyimpanan, dan

pengkodean pesan fisiologis dan psikologis yang muncul di dalam individu pada tingkat sadar dan tidak sadar kapanpun mereka berkomunikasi dengan dirinya sendiri atau orang lain untuk tujuan mendefinisikan, mempertahankan, dan/atau mengembangkan masalah sosial, psikologis, dan/atau diri fisik.

Studi tentang komunikasi dengan diri sendiri (Intrapersonal Communication) kurang banyak mendapat perhatian, kecuali dari kalangan yang berminat dalam bidang psikologi behavioristik. Oleh karena itu literatur yang membicarakan tentang Komunikasi Intrapersonal bisa dikatakan sangat langka ditemukan.

C. Komunikasi Intrapersonal dalam Komunikasi Islam

Harjani Hefni mendefinisikan Komunikasi Islam sebagai komunikasi yang dibangun diatas prinsip-prinsip Islam yang memiliki roh kedamaian, keramahan dan keselamatan. Berdasarkan informasi dari Al Quran dan As Sunnah ditemukan bahwa komunikasi islam adalah komunikasi yang berupaya untuk membangun hubungan dengan diri sendiri, dengan Sang Pencipta, serta dengan sesama untuk menghadirkan kedamaian, keramahan dan keselamatan buat diri dan lingkungan dengan cara tunduk dengan perintah Allah dan Rasul-Nya. Tindakan apa pun dalam komunikasi yang membuat hati seseorang menjadi rusak atau hati orang menjadi sakit atau luka bertentangan dengan roh komunikasi dalam Islam.

Kekuatan berkomunikasi di dalam diri melalui kekuatan akal, kekuatan hati, kekuatan roh, kekuatan nafs yang dirangkul oleh kekuatan fitrah. Kekuatan ini sangat bermanfaat dalam membina diri, keluarga dan komunitas. Kemampuan manusia untuk memilih jalan yang benar sudah Allah SWT janjikan didalam surat Asy Syams (91) ayat ke 7 dan 8:

وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا * فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا *

Artinya: “dan jiwa serta penyempurnaannya (ciptaannya); maka Allah mengilhamkan kepada jiwa itu (jalan) kefasikan dan ketakwaannya.” (QS 91:7-8)⁷

⁷ Kementerian Agama RI, *Al Qur'an dan Terjemahannya*, (Bandung; CV. Penerbit J ART, 2004), hlm. 595

Dalam buku Komunikasi Alamtologi Alamin, Muhammad Aminullah membuat rumus yang menyatakan bila seseorang melakukan kerusakan baik terhadap dirinya dan atau lingkungan sekitar maka alam akan bereaksi terhadap perbuatannya tersebut. Rumus yang dimaksud adalah:⁸

$$X + Z (Y) \Rightarrow gHp$$

$$X - Z (0) \Rightarrow gCp$$

Definition of terms:

X	: Actor of Communication (Human)
Z	: Medium and References (Nature)
Y	: Creator for X and Z
0	: Null
+	: Accept
-	: Reject
\Rightarrow	: Achievement
gHp	: Generic Harmonic Pattern
gCp	: Generic Corrupted Pattern

Gambar 2: Formula Teori Alamin⁹

Hal itu sudah dijelaskan Allah SWT dalam kelanjutan surat Asy Syams (91) ayat ke 9 dan 10 yang artinya “Sesungguhnya beruntunglah orang yang menyucikan jiwa itu, dan sesungguhnya merugilah orang yang mengotorinya”¹⁰

D. Elemen-elemen Komunikasi Intrapersonal

Pada umumnya, proses komunikasi yang efektif harus melalui tahap-tahap komunikasi dan didukung oleh berbagai elemen komunikasi. Selain itu, faktor-faktor yang mempengaruhi komunikasi pun harus dipertimbangkan dengan baik.

Terkait dengan hal tersebut, maka komunikasi intrapersonal juga memiliki elemen-elemen komunikasi atau komponen-komponen komunikasi atau unsur komunikasi yang mendukung proses komunikasi intrapersonal. Adapun elemen-elemen komunikasi intrapersonal adalah sebagai berikut:

⁸ Muhammad Aminullah, *Komunikasi Alamtologi Alamin* Jilid 1, Kuala Lumpur, Nature pattern Resources, 2018, hlm. 79

⁹ Muhammad Aminullah, *Formula Alamin: Alamtologi Communication*, Budapest International Research and Critics Institute-Journal (BIRCI-Journal) Volume 1 No. 4, December 2018, (www.bircu-journal.com/index.php/birci) h. 51, *Lihat juga*, Muhammad Aminullah, *Komunikasi Alamtologi-ALAMIN*, Jilid I, (Kuala Lumpur: Nature Pattern Resources Sdn. Bhd, Cet. 1, 2018) h. 467

¹⁰ Kementerian Agama RI, *Al Qur'an dan Terjemahannya*, (Bandung; CV.J ART, 2004), hlm.595

- a) Decoding-bagian dari proses komunikasi intrapersonal yang harus dilalui dimana pesan-pesan atau informasi diambil ke dalam otak dan dibuat menjadi masuk akal.
- b) Intergrasi (Integration)-bagian dari proses komunikasi intrapersonal dimana berbagai bagian kecil informasi ditempatkan bersama. Kita menghubungkan satu bagian informasi kepada orang lain, membuat perbandingan dan analogi, menggambarkan perbedaan, dan kemudian mengelompokkannya atau membuat sebuah keputusan tentang bagian informasi dimana ia berada.
- c) Memori (memory)-ruang penyimpanan dalam komunikasi intrapersonal. Dalam ruang penyimpanan ini berbagai kenyataan dan kejadian, sikap, penilaian sebelumnya dan kepercayaan disimpan. Memori melibatkan kemampuan untuk menyimpan informasi dan memanggilnya kembali.
- d) Serangkaian persepsi atau schemata-menggambarkan struktur berpikir atau cara mengorganisasi informasi.
- e) Encoding-bagian akhir dari proses komunikasi intrapersonal dimana pemaknaan diberikan untuk menghasilkan komunikasi yang penuh makna.
- f) Umpan balik (feedback)-Komunikasi intrapersonal juga memiliki umpan balik yang dinamakan umpan balik diri. Terdapat dua jenis umpan balik diri yaitu umpan balik diri eksternal dan umpan balik diri internal. Yang dimaksud dengan umpan balik diri eksternal adalah bagian dari pesan yang didengar. Sementara itu, yang dimaksud dengan umpan balik diri internal adalah bagian yang kita terima dalam diri kita sendiri.
- g) Gangguan-Elemen lain dalam komunikasi intrapersonal adalah interferensi atau gangguan. Berbagai bentuk gangguan terjadi ketika kita memproses beberapa informasi pada tingkatan yang salah. Gangguan ini dapat menimbulkan hambatan-hambatan komunikasi.

E. Proses Komunikasi Intrapersonal

Proses komunikasi intrapersonal melibatkan beberapa tahapan, yaitu:

1. Sensasi.

Proses komunikasi intrapersonal dimulai dengan adanya sebuah stimulus. Komunikasi intrapersonal adalah reaksi terhadap stimuli yang dapat berupa stimuli internal atau stimuli eksternal. Seorang ahli komunikasi yang bernama Mark Knapp menunjukkan sebuah kerangka kerja yang berguna untuk memahami proses komunikasi intrapersonal. Menurut Knapp, terdapat dua faktor yang mempengaruhi komunikasi intrapersonal yaitu stimuli internal dan stimuli eksternal.

- a. Stimuli internal meliputi motif-motif pribadi, sikap, dan konsep diri.
- b. Stimuli eksternal meliputi berbagai kejadian, obyek, dan orang yang berada di luar individu. Seorang individu akan membentuk persepsi, perasaan, dan makna penafsiran sebuah kesan yang dibuat tentang dirinya dan sekitarnya pada saat tertentu. Stimuli-stimuli tersebut kemudian ditangkap oleh organ-organ sensor dan mengirimkannya ke otak. Proses ini disebut dengan resepsi.

2. Persepsi.

Organ-organ kemudian menangkap sebuah stimulus dan mengirimkannya ke sistem saraf pusat melalui sistem saraf peripheral. Ketika kita menerima seluruh stimuli yang diarahkan kepada kita, kita memberi perhatian hanya kepada beberapa stimuli saja. Hal ini disebabkan karena kita menerapkan persepsi selektif. Hanya stimuli yang tinggi saja yang diterima sedangkan stimuli yang rendah akan dikesampingkan.

3. Memori.

Tahap selanjutnya adalah memproses stimuli yang terjadi dalam tiga tingkatan yaitu kognitif, emosional, dan fisiologis. Proses kognitif berhubungan dengan intelektual diri termasuk penyimpanan, retrieval, pemilahan, dan asimilasi informasi. Proses emosional berkaitan dengan emosi diri. Semua emosi dan sikap, kepercayaan, dan pendapat berinteraksi untuk menentukan respon emosi terhadap berbagai stimulus. Proses fisiologis terjadi pada tingkatan fisiologis dan hal ini berkaitan dengan psikologis diri. Respon semacam ini direfleksikan melalui perilaku fisik seperti aktivitas otak, tekanan darah, dan lain-lain.

4. Transmisi.

Pada tahap ini, pengirim dan penerima adalah orang yang sama. Transmisi terjadi melalui berbagai impuls saraf.

F. Fungsi Komunikasi intrapersonal

Komunikasi intrapersonal memiliki beberapa fungsi, yaitu:

- a) Kesadaran diri. Komunikasi intrapersonal memungkinkan orang untuk menyadari setiap aspek kepribadian mereka sendiri. Dengan introspeksi, orang akan menjadi sadar akan kualitas yang membantu membentuk kepribadiannya yang pada gilirannya membuatnya sadar akan motivasi, aspirasi, dan harapannya kepada dunia. Jika pemahaman diri seseorang mutlak, akan membantu mengkomunikasikan keinginan dan kebutuhannya kepada orang lain dengan mudah.
- b) Rasa percaya diri. Sadar diri membuat seseorang merasa aman dan meningkatkan kepercayaan diri.
- c) Manajemen diri. Fakta bahwa seseorang sadar akan kekuatan dan kekurangan yang dimilikinya, ia melengkapi dirinya untuk mengelola urusan sehari-hari secara efisien dengan menggunakan kekuatannya secara maksimal yang pada gilirannya mengkompensasi kelemahannya.
- d) Motivasi diri. Pengetahuan mutlak tentang apa yang seseorang inginkan dari kehidupan dan memungkinkan orang tersebut berusaha mencapai tujuan dan sasaran tersebut sambil terus memotivasi diri mereka sendiri.
- e) Terfokus. Kualitas motivasi diri dan manajemen diri akan membantu mengembangkan konsentrasi yang lebih dalam mengarahkan fokusnya pada tugas yang ada.
- f) Kemandirian. Kesadaran diri memungkinkan orang untuk mandiri.
- g) Kemampuan beradaptasi. Orang akan sangat mudah beradaptasi dengan lingkungannya karena pengetahuan tentang kualitasnya sendiri memungkinkannya untuk percaya diri dan dengan tenang mengambil keputusan dan mengubah pendekatannya sesuai dengan respon terhadap stimulus situasional.

G. Teori-teori Komunikasi Intrapersonal

Komunikasi intrapersonal adalah komunikasi internal dengan diri sendiri yang mendorong proses untuk membawa makna individual terhadap beragamnya pesan. Terdapat 4 (empat) teori yang meneliti aspek komunikasi intrapersonal, yaitu:

a. Teori Message Design Logic

Pada umumnya setiap orang memiliki pemikiran yang berbeda tentang komunikasi. Karenanya, mereka akan membentuk berbagai jenis pesan yang berbeda. Terdapat 3 (tiga) logika perancangan pesan, yaitu:

1. Expressive message logic. Orang menggunakan pola ini dengan menitikberatkan pada ekspresi diri. Komunikasi dipandang sebagai pengiriman pemikiran dan perasaan seseorang kepada yang lain. Nilai-nilai seperti keterbukaan, kejujuran, dan kejelasan sangatlah penting. Komunikator seringkali memberikan sedikit perhatian pada koneksi dan kesesuaian.
2. Conventional design logic. Orang menggunakan pola ini karena melihat komunikasi sebagai sebuah aturan. Mereka menaruh perhatian pada kesesuaian dan melakukan hal yang benar.
3. Rhetorical message design logic. Seorang menggunakan pola ini karena melihat komunikasi sebagai cara untuk menciptakan situasi dan negosiasi beberapa tujuan. Mereka menaruh perhatian pada fleksibilitas, kepuasan dan keterampilan komunikasi. penggunaan pola ini ditujukan untuk menarik perhatian terhadap komunikasi yang dilakukan oleh orang lain sebagai usaha mengetahui sudut pandang orang lain.

b. Teori Akomodasi Komunikasi

Teori yang dikembangkan oleh Howard Giles dan kawan-kawan menyuguhkan sebuah platform informative untuk memahami perbedaan dan kesamaan budaya yang berkaitan dengan bahasa dan tutur kata. Teori akomodasi komunikasi menitikberatkan pada bagaimana dan mengapa orang memodifikasi atau merubah perilaku komunikasi

mereka dalam situasi yang berbeda. Teori ini berpendapat bahwa ketika berkomunikasi, orang berupaya untuk mengurangi atau meningkatkan perbedaan antara diri mereka sendiri dengan orang lain. Mereka akan melakukan hal-hal yaitu berkomunikasi seperti yang orang lain lakukan atau menampakkan perbedaan cara berkomunikasi.

c. Teori Pengurangan Ketidakpastian

Teori yang dirumuskan oleh Charles Berger dan Richard Calabrese ini mencoba untuk menjelaskan dan memprediksi kapan, mengapa, dan bagaimana setiap individu menggunakan komunikasi untuk meminimalisasi keraguan mereka ketika berinteraksi dengan orang lain. Secara garis besar, terdapat 3 (tiga) asumsi yang digunakan dalam teori ini yaitu:

1. Tujuan utama komunikasi adalah untuk meminimalisasi ketidakpastian yang dimiliki manusia tentang sekitarnya.
2. Setiap individu mengalami ketidakpastian yang menyebabkan ketidaknyaman.
3. Komunikasi adalah alat untuk mengurangi ketidakpastian. Terdapat 2 (dua) macam ketidakpastian yaitu ketidakpastian perilaku dan ketidakpastian kognitif. Yang dimaksud dengan ketidakpastian perilaku adalah bagaimana untuk bertindak dengan sesuai. Sedangkan yang dimaksud dengan ketidakpastian kognitif adalah bagaimana untuk berpikir tentang seseorang atau sesuatu.

d. Teori Pelanggaran Harapan

Teori pelanggaran harapan yang digagas oleh Judee Burgoon dan kawan-kawan ini menjelaskan berbagai perilaku orang ketika ruang pribadinya mengalami pelanggaran. Ruang pribadi dapat juga merujuk pada ruang psikologis dan ruang emosional. Sebagian besar inti teori pelanggaran harapan memiliki asumsi bahwa manusia memiliki kebutuhan untuk ruang pribadi dan afiliasi. Ketika kita menerima satu kebutuhan yang telah dikompromikan, teori ini memprediksi bahwa kita akan mencoba untuk melakukan sesuatu tentang hal itu. Kita dapat

bergerak mendekat atau melawan. Terdapat 3 (tiga) konsep dalam teori pelanggaran harapan yaitu:

1. Pengharapan merujuk pada apa yang diantisipasi oleh seorang individu dalam suatu situasi berdasarkan tiga faktor, yaitu konteks, hubungan, dan karakteristik komunikator.
2. Pelanggaran valensi yaitu evaluasi baik positif maupun negatif yang dibuat tentang perilaku yang tidak kita antisipasi.
3. Komunikator menghargai valensi yaitu sebuah evaluasi yang dibuat tentang seseorang yang berkomitmen terhadap pelanggaran.

H. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan tersebut dapat disimpulkan bahwa teori-teori komunikasi intrapersonal terkait erat dengan teori-teori komunikasi antar pribadi atau teori komunikasi interpersonal. Hal ini disebabkan karena menurut beberapa ahli komunikasi intrapersonal merupakan bentuk khusus dari komunikasi interpersonal. Selain itu, sebagaimana telah disebutkan sebelumnya bahwa komunikasi interpersonal yang efektif dapat terjadi manakala komunikasi intrapersonal berjalan dengan sukses.

Adapun manfaat berkomunikasi di dalam diri sendiri, jika seseorang ingin marah, tawuran, diajak pergi, sebelum ia akan marah atau tidak, menerima atau menolak tawuran, pergi atau tidak, dia akan mempertimbangkan beberapa alternatif didalam pemikirannya serta mempertimbangkan keuntungan dan kerugiannya. Dengan kata lain, seseorang tidak langsung melakukan tindakan.

Mempelajari teori komunikasi intrapersonal juga dapat memberikan beberapa manfaat lainnya seperti kita memahami latar belakang teori komunikasi intrapersonal yang sebagian besar berakar pada pendekatan psikologi kognitif. Selain itu, kita juga dapat memahami beberapa teori komunikasi interpersonal yang diungkapkan oleh para ahli.

DAFTAR KEPUSTAKAAN

- Armawati Arbi, *Komunikasi Intrapribadi Integrasi Komunikasi Spiritual, Komunikasi Islam, dan Komunikasi Lingkungan*, Jakarta, Prenadamedia Group, 2019
- Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* Edisi Ketiga, Jakarta, Balai Pustaka, 2007
- Edi Harapan dan Syarwani Ahmad, *Komunikasi Antar Pribadi, Perilaku Insani dalam Organisasi Pendidikan*, Jakarta; Rajawali Pers, 2014
- Hafied Cangara, *Pengantar Ilmu Komunikasi* (Edisi Kedua), Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2015
- Harjani Hefni, *Komunikasi Islam*, Jakarta, Prenadamedia Group, 2017
- Kementerian Agama RI, *Al Qur'an dan Terjemahannya*, Bandung; CV. Penerbit J ART, 2004
- Muhammad Aminullah, *Komunikasi Alamtologi-ALAMIN*, Jilid I, (Kuala Lumpur: Nature Pattern Resources Sdn. Bhd, Cet. 1, 2018)
- Muhammad Aminullah, *Komunikasi Alamtologi Alamin* Jilid 1, Kuala Lumpur, Nature pattern Resources, 2018
- Rulli Nasrullah, *Komunikasi Antar Budaya di Era Budaya Siber*, Jakarta, Kencana, 2012

